WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE

MIESIĘCZNIK

ORGAN KOMISJI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO
I PRZYSPOSOBIENIA WOJSKOWEGO
WYDZIAŁU PEDAGOGICZNEGO Z. N. P.

LUTY

WARSZAWA NR 6

1938-9 ROK VI

T R E Ś Ć N U M E R U:

N A K Ł A D E M Z W I Ą Z K U N A U C Z Y C I E L S T W A P O L.

ADRES REDAKCJI I ADMINISTRACJI: Warszawa, ul. Smulikowskiego 4.

Redaktor przyjmuje w środy od g. 18 do 19 i w piątki od g. 12 do 13. Tel. 302-41.

Sekretariat Wydziału Wydawniczego czynny codziennie od g. 9 do 15. Tel. 238-92.

Administracja czynna od godziny 8 do 15. Telefon 269-49.

WARUNKI PRENUMERATY:

Prenumerata roczna . . . . zł 8.—

Dla członków Związku Nauczycielstwa Polskiego . . . zł 4.—

Przy prenumerowaniu dwóch i więcej czasopism . . . zł 3.—

KONTO P. K. O. nr 6880.

KAŻDY CZŁONEK Związku Nauczycielstwa Polskiego może otrzymać „Wychowanie Fizyczne w Szkole” bezpłatnie, jako dodatek miesięczny do „Głosu Naucz.”.

Zakłady Graficzne „NASZA DRUKARNIA”, Warszawa, ul. Sienna 15.

WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE

1938/9 — Nr 6

WARSZAWA

Ś. P. WIZYTATOR ZYGMUNT WYROBEK

W styczniu bieżącego roku Polska poniosła stratę. Zmarł były wizytator Okręgu Szkolnego Krakowskiego Prof. Zygmunt Wyrobek, wybitny znawca genealogii zabaw i gier ludowych.

Był On współorganizatorem i pierwszym niezmordowanym kierownikiem ogrodu Jordanowskiego w Krakowie. W Polsce odrodzonej powołany został na stanowisko wizytatora wychowania fizycznego o. s. krakowskiego, a Studium Wychowania Fizycznego Uniwersytetu Jagiellońskiego powierzyło Mu wykłady teorii wychowania fizycznego.

Jako członek Rady Naukowej W. F. wygłosił szereg ciekawych referatów z różnych dziedzin w. f., a zwłaszcza był gorącym orędownikiem wychowania fizycznego na wsi i w referacie, który wygłosił krótko przed śmiercią, wykazał wielkie znawstwo potrzeb wsi w tej sprawie. Był też bardzo czynnym członkiem wielu komisji Rady Naukowej W. F., a szczególne zasługi położył przy opracowywaniu miernika.

Szczególnie wielkie zasługi położył Zmarły na polu Harcerstwa, jako jeden z pierwszych propagatorów tej idei i wybitny pisarz harcerski. Zwłaszcza cenną jest Jego książka: „Harcerz w polu".

Napisał też znaczną ilość większych i mniejszych prac z zakresu różnych dziedzin wychowania fizycznego, a przede wszystkim dużo pracy włożył w opisy i prawidła gier ruchowych.

Ś. p. wiz. Zygmunt Wyrobek reprezentował całkowicie bezkompromisową, wysokiej wartości moralnej, osobowość i dążył wytrwale do wytkniętego celu — dobra młodzieży.

Omówienie działalności tego dzielnego pioniera wychowania fizycznego w Polsce wymaga obszerniejszej i źródłowej pracy.

Ś. p. wizytator profesor Zygmunt Wyrobek dobrze się zasłużył sprawie wychowania fizycznego.

Cześć Jego Pamięci!

TANIEC I ZWYCZAJ TANECZNY

Dzisiaj dużo się mówi o tańcach. Wprowadzamy tańce do programu wychowania fizycznego w szkole. Przekonujemy się bowiem, że prócz tego, że tańce ludowe są doskonałym ćwiczeniem cielesnym, mają wielkie walory wychowawcze. Tańce uczą młodzież kochać to, co tradycja przekazała, to co jest nasze, co polskie. Poza tym tańce pozwalają przebrnąć młodzieży przez jej wiek niebezpieczny, działając katarktycznie i ucząc kulturalnego zachowania się względem płci odmiennej. Tańce bowiem pozwalają na zbliżenie do siebie młodzieży płci różnej, uczą kurtuazji i rycerkości. Wszystkie narody doceniają dziś ogromne znaczenie tańca i nawet utworzyły się specjalne towarzystwa mające na celu kultywowanie starych tańców narodowych. Takie towarzystwa znajdują się w Szwecji, Danii, Anglii, a obecnie w Niemczech i w Polsce.

Ale co to jest właściwie taniec? Taniec jest to ruch ciała uregulowany według pewnego rytmu i ujęty w stałe formy, wyrażający rozmaitą skalę uczuć. Jako główne motywy przyjemności, którą daje taniec, przytacza Gross działanie oszałamiające rytmu i samejże formy ruchu, połączone z osłabieniem świadomości i oderwaniem od trosk życia codziennego.

Taniec jest sztuką. Ale plastyka, muzyka, poezja, to też sztuki. Jak scharakteryzować sztukę taneczną?

Sztuki można podzielić na sztuki trwające w czasie lub przestrzeni. Tak więc muzyka i poezja trwają w czasie. Istnieją wtedy, gdy się je słyszy. Natomiast sztuki plastyczne muszą mieć miejsce. Taniec jest niejako sztuką pośrednią. Wymaga on miejsca i czasu. Łączy więc w sobie elementy muzyki, poezji i plastyki.

Charakterystyczną cechą muzyki jest rytm. Rytm jest to uregulowane powtarzanie się w równych odstępach czasu pewnych grup dźwiękowych, tworzących odrębną całość. Poszczególne grupy charakteryzuje pewien układ elementów akcentowanych i nieakcentowanych.

To samo znajdujemy w tańcu. Każdy taniec opiera się na rytmie. Jak w muzyce powtarzają się pewne grupy dźwiękowe, tak w tańcu powtarzają się pewne postawy i ruchy.

Najlepszym dowodem na to podobieństwo pomiędzy muzyką a tańcem jest fakt, że dzisiaj w tak zwanych przedszkolach muzycznych dzieci uczą się tłumaczyć muzykę na ruchy ciała. Dlaczego jednak dzieje się tak, że my odczuwamy ten rytm w muzyce i w tańcu? Możliwe jest, że podkładem do odczucia rytmu są nasze wrażenia mięśniowe. Wszak odczuwamy w sobie rytmiczną pracę serca, rytmiczne pulsowanie krwi. Te wewnętrzne rytmy nasuwają nam potrzebę uporządkowania wszelkich ruchów przy pomocy rytmu. Upodobanie do rytmu tkwi niewątpliwie głęboko w organizacji

ludzkiej. Według Spencera każde silniejsze wzruszenie wewnętrzne wykazuje dążność do ujawnienia się w ruchach rytmicznych ciała. Rytm taneczny występuje więc jako spotęgowana i zaostrzona na skutek wzruszeń przyrodzona forma ruchów, wykonywanych przy zmianie miejsca.

Rytmiczne grupy dźwięków pobudzają nas do wykonywania rytmicznych ruchów. Stąd wypływa ta pokusa ruchowa przy dźwiękach muzyki.

Są różne rodzaje muzyki. Jedna jest smutna, druga wesoła.

Człowiek słysząc muzykę odczuwa w sobie te stany, jakie ona wyraża i uwydatnia je ruchami na zewnątrz. Stąd też powstaje ta często niewytłumaczona przyjemność płynąca z tańca na skutek ujawnienia stanów wewnętrznch przez ruchy zewnętrzne.

Poza tym tańce mimiczne zadowalają jeszcze w człowieku pierwotnym jego pociąg do naśladownictwa. Potrzeba energicznych a rytmicznych ruchów popęd naśladowczy, chęć wyładowania podnieconych uczuć, te w zupełności wystarczająco tłumaczą namiętność, z jaką ludy pierwotne oddają się sztuce tańca.

Na najniższych szczeblach kultury równocześnie z tańcem występuje muzyka i śpiew. Zarówno plemiona pierwotne jak i narody cywilizowane nie znają wcale tańca bez muzyki i śpiewu. Taniec, muzyka i śpiew tworzą organiczną całość, którą tylko sztucznie można podzielić.

Taneczna muzyka istniała od niepamiętnych czasów, jednak dopiero w XVI wieku przybiera formy artystyczne. Główną zasadą w tworzeniu melodii tanecznych było prawo kontrastów. Po tańcu spokojnym następował taniec szybki. Melodie taneczne najczęściej wychodziły z ludu wraz z charakterystycznym jego tańcem. Następnie dostawały się do wyższych klas społecznych, a w końcu na dwór królewski i scenę baletową. Stąd szły w świat już opracowane i uformowane.

Taniec jest od niepamiętnych czasów elementem związanym ściśle z życiem ludzkim. Im dalej w przeszłość, im mniej kultury tanecznej, tym większa jest bezpośredniość uczuć wyrażanych w tańcu.

Taniec jednostkowy jest bardziej bezpośredni i lepiej oddaje stan, w jakim się człowiek w danym momencie znajduje. Taniec indywidualny może być albo stylizowanym tańcem ludowym, lub tańcem wyrażającym jakieś przeżycia wewnętrzne. Taniec taki łączy się z plastyką i ze sztuką aktorską. Tańce zbiorowe wyrażają pewną myśl, pewną ideę, której podporządkowuje się wszystkie poszczególne momenty natury uczuciowej.

Każdy taniec zawierać musi dwa czynniki, które, jak już mówiłam, stanowią jego tło i oparcie, mianowicie rytm i śpiew. Śpiew zastąpiony z czasem przez muzykę instrumentalną nadaje ruchom tanecznym pewne zabarwienie, pewną rozmaitość, natomiast rytm koordynuje ruchy taneczne, ujmuje je w karby i wiąże w całość. Rytm jest głównym elementem tańca i wysuwa się on często na czoło przy najprostszych, prymitywnych tańcach. Znanym

jest fakt tańczenia jedynie przy dźwięku bębna. Kipling opisuje taniec słoni (w krajach afrykańskich) trwający całą noc, a oparty jedynie na podkładzie rytmicznym. W tańcu ujawnia się piękno i wdzięk ciała ludzkiego.

Cóż bowiem piękniejszego nad ruch młodego, pięknie zbudowanego ciała?

W tańcu spotykamy się z pięknem nie tylko jako z właściwością budowy cielesnej, lecz odczuwamy je w ruchu, w rytmie. Przez długi czas uważano za pojęcie piękności głównie malarski, plastyczny, efekt postaci. Lecz piękno najwyraźniej objawia się przez ruch. Skoordynowany ruch, wykonany tylko tymi mięśniami, które są do jego wykonania niezbędnie potrzebne, bez niepotrzebnych przyruchów, lekki i elastyczny, to prawdziwe piękno. Ewolucja obyczaju tanecznego pozostaje w ścisłym związku z ewolucją kultury. Taniec i towarzyszące mu obrzędy są zjawiskiem przedhistorycznym. W krajach starożytnych kult tańca był ściśle związany z kultem religijnym — był niejako uzupełnieniem i upiększeniem. Taniec stał się zatem wyrazem modlitwy, zwłaszcza że przez pląsy i ruch ciała można popaść w stan silnej kontemplacji, jak tego dowodzą tańce Szamanów u Jakutów, czy tańce czarodziejów murzyńskich. Ludzie zawsze przez taniec ujawniali swój stan, w jakim się chwilowo znajdowali i wyrażali swe uczucia. Smutek, radość, żal, uniesienie stały się treścią i podkładem większości tańców u wielu ludów. Prymitywne, pierwotne sposoby wyrażania uczuć wyszły z czasem na szersze pole tańców zorganizowanych, misteriów tanecznych, tańców towarzyskich.

Obyczaj taneczny jest niezmiernie różnorodny, zmienia się w zależności od kraju, od ludzi, od warunków geograficznych i przede wszystkim od epoki. Niejednokrotnie spotyka się podobne zwyczaje taneczne w krajach odległych od siebie o tysiące kilometrów. Niejednokrotnie obyczaj, z którym jest taniec związany, może być zrozumiały tylko w tym kraju w którym powstał. Tak np. taniec japoński, mało zrozumiały dla Europejczyków, jest objaśniany przez same tancerki. Pieśni nucone podczas tych tańców są zazwyczaj wolne i tęskne.

Jako sztuka od zarania ludzkości posiadał taniec charakter religijny, społeczny i towarzyski. Związany był on z kultem oraz z magiczno-czarnoksięskimi praktykami i przeradzał się nieraz na ceremonialne pochody albo zabawy weselne.

W starożytnej epoce tańce religijne były uprawiane przy świątyniach przez Egipcjan, Hindusów, Asyryjczyków, Hebrajczyków i w całej zachodniej Azji.

Tańce ludów myśliwskich można podzielić na dwie grupy. Na mimiczne i gimnastyczne. Tańce mimiczne polegają na rytmicznym naśladowaniu ruchów zwierząt i ludzi, natomiast w tańcach gimnastycznych ruchy nie odtwarzają żadnego wzoru. Oba rodzaje tańców istnieją u większości ludów

pierwotnych. Najlepiej są nam znane gimnastyczne tańce Australijczyków tzw. corrobori. Corrobori odbywają się zawsze w nocy, przy świetle księżyca. Wszystkie ważniejsze zdarzenia obchodzone są za pomocą tańców, które są wykonywane na polanie leśnej wokoło ogniska. Kobiety siedzą na ziemi i śpiewają wybijając takt pałeczkami — mężczyźni tańczą. Tancerze wykonują ruchy zgodne, wyćwiczone, najpierw wolno, potem coraz szybciej nierzadko aż do zupełnego wyczerpania.

Antoni Ossendowski w swych opisach podróży po Afryce północnej daje opisy tańców ludów tam zamieszkujących, a mianowicie szczepu zwanego Ulel-Nail, którego kobiety są słynnymi tancerkami, obiegającymi w całej Afryce muzułmańskiej.

Ossendowski daje bardzo barwny opis tańca religijnego stanowiącego niejako umartwienie ciała, po którym tańczący wpada w ekstazę otrzymując czasem dar jasnowidzenia. „Orkiestra zagrała. Były to zwykłe, przeciągłe, nieskomplikowane, posiadające bardzo wyraźny rytm melodie. W głębi meczetu imam coś czytał na głos monotonnie i jękliwie. Modlący się wzdychali, szeptali słowa modlitwy lub półgłosem powtarzali za kapłanem wersety świętej księgi. Z minaretu dochodziły falsetowe pienia muzzeina". „Nagle tłum zaczął się szybko rozstępować. Przeciskając się przez ciżbę stojących i klęczących szła kobieta z głową owiniętą w brudny burnus. Stanęła przed muzykantami odrzuciła tkaninę zasłaniającą jej twarz, potoczyła dokoła błędnym wzrokiem i zaczęła tańczyć. Właściwie nie był to taniec. Kobieta podskakiwała wyrzucając naprzód brzuch i kolana". „Do tancerki wkrótce przyłączyła się inna, skacząca z jednej nogi na drugą, później wystąpiła trzecia, drobnymi krokami krążąca po opróżnionej dla nich przestrzeni. Kobiety skakały, kiwały się i słaniały coraz szybciej i nieprzytomniej". „Cisza panowała w meczecie. Słyszałem ciężki, świszczący oddech tancerek oraz szmer i klaskanie ich pantofli. Jedna po drugiej zaczęły blednąć i padać". „Na ich miejsce występowały inne tancerki".

Dalej opisuje Ossendowski zebranie sekty religijnej Aissand, u której też występują tańce, jak u wszystkich ludów. „Po skończonej modlitwie pobożni odśpiewali coś chórem, a wtedy zaczęły grać instrumenty orkiestry. Szeich przy dźwiękach coraz bardziej i bardziej głośnej i szybkiej muzyki zaczął wykonywać jednostajne ruchy głową, rękami i nogami, a za nim ruchy te powtarzali wszyscy obecni. Po pewnym czasie niektórzy z wiernych zaczęli słaniać się i padać, a wtedy ich podnoszono i zmuszano do stania i rozpoczynania na nowo. Po dłuższym czasie część sekciarzy leżała na ziemi, pogrążona w omdleniu lub śnie, inni zaś z pianą na ustach i z obłędem w oczach zaczęli krzyczeć i miotać się. Wtedy Szeich zaczął podawać im kawałki szkła, gwoździe, skorpiony, małe węże! Wszystko to sfanatyzowani sekciarze połykali natychmiast. Inni znowu nożami zadawali sobie

rany". Jest to święty taniec mający wypędzić złe duchy przez modły i umartwienie ciała.

Tańce obrzędowe, religijne i magiczne są tak pospolitym zjawiskiem, że trudno znaleźć plemię na niższym stopniu cywilizacji, gdzieby ich nie zauważono. Rzecz jest łatwa do zrozumienia gdy zważymy, że obrzędom człowieka pierwotnego towarzyszy stale nastrój silnego podniecenia, który jest ze swej strony warunkiem zjawienia się tańca (przynajmniej u dzikich).

W starożytnej Helladzie tańce były związane z kultem religijnym i uroczystościami. W czasie świąt urządzali Grecy przedstawienia na wolnym powietrzu. Występował tam chór, który śpiewał tańcząc, tj. wykonując miarowe i zgodne ruchy. Tragedii towarzyszył taniec poważny, uroczysty, zwany emelcia, dramatom satyrycznym groteskowy i żywy taniec Satyrów-sikinic, w komediach zaś wykonywano wyuzdane tańce kordaks. Wszelkim ucztom i uroczystościom towarzyszyły tańce i śpiewy. Opis takiej uczty mamy w Odyssei Homera. Gdy Alkinoj król feacki gościł na swym dworze Odyssa urządził na jego cześć ucztę. Po biesiadzie rozkazał Alkinoos by śpiewano i tańczono.

„Teraz dziewięciu stróżów powstało z swej ławy,
Lud ich wybrał, im oddał porządek zabawy.
Ci do pląsów szeroki plac przysposobili.
Keryks z dźwięczną formingą wrócił się po chwili.
Demadok wszedł do środka, a tam stały grona
Dziarskiej młodzi, co w pląsach ślicznie wyuczona
puszczała się w tan boski."

Jak wszędzie tak i w Rzymie łączył się pierwotnie taniec z kultem religijnym. Istniało nawet osobne kollegium 12 kapłanów Skoczków-Salii. Głównym obrzędem, któremu zawdzięczali swą nazwę, był „święty taniec" z tarczami w ręku. Corocznie w miesiącu marcu, kiedy za dawnych czasów rozpoczynał się okres wojen, Skoczkowie wykonywali święty taniec z tarczami, o które w miarę rytmicznych ruchów uderzali żelaznymi drągami śpiewając przy tym specjalną pieśń.

Drugim kollegium pielęgnującym święty taniec było kollegium Braci Polnych (Fratres Arvales). Było ich również dwunastu. Śpiewali pieśni i tańczyli święte tańce mające dać urodzajne plony.

Słowianie, tak jak wszystkie ludy pierwotne, wszelkie uroczystości uświetniali tańcem i śpiewem. Np. po ukończeniu żniw odbywały się dożynki. Długosz pisze: „mieli nadto Litwini dawny z przodków swoich obyczaj, że do gajów, które uważali za święte, nawiózłszy zboża w początkach października, zgromadzili się do nich z żonami, dziećmi i domownikami swymi i bogom ojczystym czynili przez trzy dni ofiary... a po skończonych ofiarach przez trzy dni biesiadowali, pląsali..." Krasicki opisuje staropolskie

dożynki u pana Podstolego. „Zaczęła więc młodzież tańce przeplatając je rozmaitymi pieśniami. „Obrzęd dożynek dochował się dzisiaj i obecnie jest wskrzeszany i obchodzony uroczyście.

W Polsce w czasach dawnych zamiłowanie do tańca nie było mniejsze niż obecnie. Na dworach królewskich tańczono bardzo wiele, przy czym sami królowie dawali w tym względzie jak najlepszy przykład. Nawet i polski kler odznaczał się wielkim zamiłowaniem do tańca, a jeszcze w czasach Władysława Jagiełły ustawy synodalne poznańskie i wrocławskie wzbraniają duchownym dowodzić tańcami. Zamiłowanie do tańca było jedną z cech charakterystycznych dla Polaków jak i dla wszystkich Słowian. Polacy lubowali się zawsze w tańcach ruchliwych. Gloger wymienia kilkanaście tańców znanych i tańczonych w dawnej Polsce, jak: gabarda, drobuszka, gniotek, gniewus, lipka, taniec Macieja i Konrata, hajduk, wyrwans, sejduk, padwan, hołubiec, okrągły i wiele innych. Na weselach szlacheckich pod koniec zawsze tańczono odbijanego, a ostatnim z kolei był ojciec, który w ręce pana młodego córkę oddawał. Syntezą wszystkich tańców był „okrągły". Zaczynał się on polonezem, przechodził w krakowiaka, mazura, obertasa i znowu w taniec polski. W tańcach tych postępowało się parami, przy czym co chwila inna para wysuwała się na czoło, przyśpiewując kilka taktów danej melodii. To zwało się „stać na trakcie". Na czele tańców polskich dawnej daty stał polonez, przez lud wiejski po prostu zwany ;„polskim", czasem „wielkim". W przeciwieństwie do poważnego poloneza, tańca wielkiego, którym rozpoczynano zabawę, kończono ją „małym" czyli krakowiakiem o charakterze skocznym i wesołym. Samą zabawę zapełniały rozmaite tańce, jak np. wyrwany. Nazwa jego pochodzi stąd, że po każdym przetańczeniu dokoła wyrywa się na czoło tańczących z kolei inna para śpiewając piosenkę, po której dalej tańczą. Inny taniec „stryjanka" składał się z dwu części, spokojnego mazura czyli drabanta i właściwej stryjanki, tj. raźnego mazura przeplatanego przyśpiewkami. Gloger podaje, że drabant miał ten przywilej co i taniec polski, że po wszystkich kątach domu tańczono ze skrzypkiem na czele, który szedł przed pierwszą parą po całym domu i zbierał gości i domowników bez różnicy płci, wieku i stanu do tańca. Osoby poważniejsze szły dotąd, dokąd grano drabanta. Pierwsza para zaczynała i jaką figurę zapowiadała, taką wszyscy wykonać musieli, gdy tymczasem starsi jako widzowie przyklaskiwali. We wschodnich częściach Polski tańczono też i hajduka, taniec zbliżony do kołomyjki, o charakterze skocznym, utrzymanym w takcie dwućwierciowym.

O innych tańcach prędko ślad zaginął i tylko przechowały się nazwy, jak np. „klaskany". Ślady innych tańców możemy obserwować w dzisiejszych tańcach wiejskich jak np. oberku.

Zamiłowanie do tańca jest wielce charakterystyczną cechą ludów rdzennie słowiańskich. Pr. Brückner pisze: „Niemiec pierwotnie znał chyba igrzy-

ska mieczowe, ale pląsy obu płci, lub samych dziewcząt dopiero u Słowian musiał zobaczyć i dlatego słowiańską nazwę „taniec" do niemieckiego języka wprowadził.

Oto jak o namiętnym zamiłowaniu Polek do tańca pisze dawny wierszopis:

„Iść do kościoła gdzie nabożnie grają,
Nie z wielkim gustem damy się schadzają.
Ale na taniec są łatwego ducha,
Urwała by się druga i z łańcucha."

Jan Kochanowski w pieśni sobótkowej kładzie w usta młodej dziewczyny słowa, dające niejako wyraz temperamentu polskiego:

„To moja największa wada,
Że tańcuję bardzo rada.
Powiedzcież mi me sąsiady,
Jest tu która bez tej wady?"

Pasek w pamiętnikach swoich pisze: „tańczymy tedy, aż skoro już wielkiego poczęli tańczyć, a on stojąc na trakcie począł śpiewać".

Mamy też ślady pewnej reakcji przeciw zbyt ochoczym wykrzykiwaniom przy tańcu. Górnicki idąc za pierwowzorem włoskim pragnie, by Polacy tańczyli z większą dystynkcją.

Kiedy Rzeczpospolita skończyła swą egzystencję, panowie, a za nimi szlachta nie zaniedbywali swoich tańców przez uczucie patriotyzmu.

Widzimy więc, jak w ciągu wieków Polacy z zamiłowaniem oddawali się tańcom. Dzisiaj jest znowu nawrót do tańców ludowych, bo przekonujemy się, że tylko one posiadają w sobie piękno prawdziwe (a nie modne tańce murzyńskie), one dają radość i szczery śmiech, bo są pełne życia i radości. A przecież radość jest koniecznym czynnikiem zdrowia. Im więcej radości człowiek zaczerpnie, tym silniej ona promieniuje z całej jego postaci. Postawa staje się bardziej sprężysta, ruchy żywsze, swobodniejsze, głos jaśniejszy. Funkcje fizjologiczne, czynność serca, oddech funkcjonują lepiej, myśl pracuje silniej i jaśniej.

Tańczmy więc nasze piękne tańce ludowe, a zaczerpniemy z nich dużo radości, nauczymy się uśmiechać i będzie nam lepiej i jaśniej w życiu.

MGR. A. KARWATÓWNA (Katowice)

Z PRAKTYKI SZKOLNEJ

LEKCJA GIMNASTYKI W KL. I SZKOŁY POWSZECHNEJ (½ GODZ.)

Nowa literka... Żmudne kreślenie nowego wyrazu... Mechanizowanie dodawania... Główki chylą się w znużeniu. Dzieci z utęsknieniem spoglądają w okna. Słońce.

— Gimnastyka! — magiczne słowo. Zapalają się iskry w oczach. Zadowolenie. Radość.

— Idziemy do lasu, dzieci. — Tak, ale las daleko — szepcą usteczka niepewnie. — To nic, damy sobie radę.

I. Ćwiczenia wstępne.

	Na klaśnięcie — dzieci ustawiają się w kolumnie dwójkowej. — Ja będę opowiadał jak się idzie do lasu i co można zobaczyć — dzieci zaś będą to robić, co „Pan" będzie robić. Zgoda?
a) Marsz ze śpiewem.	a) Idziemy na wycieczkę, a więc wesoło — śpiewajmy („Będziem dzisiaj maszerować" — St. Pełczyński).
b) Marsz na palcach.	b) Zbliżamy się do łąki pod lasem — trzeba iść cicho, by nie przestraszyć bociana.
c) Marsz na palcach — ręce w bok.	c) Jeszcze ciszej, uważnie!

II. Ćwiczenia główne.

a) Ręce na biodrach—podnoszenie nóg ugiętych w kolanach.	a) Jak ten bocian pięknie spaceruje, jak wysoko nogi podnosi!
b) Stanie na jednej nodze: na lewej, na prawej.	b) Bocian stanął na jednej nodze, o zmienił nogę!
c) Stanie na jednej nodze, ręce w bok. Naśladowanie lotu ptaka.	e) Rozpostarł skrzydła — poleciał!
d) Wspięcie — ręce w górę i przysiad podparty (powtarzać na zmianę).	d) Nareszcie weszliśmy do lasu. Jakie tu olbrzymie drzewa! Jakie maleńkie grzybki!
e) Naśladowanie piłowania drzewa — parami.	e) Idziemy dalej. Co to za hałasy? Ach! to drwale piłują drzewo.
f) Naśladowanie rąbania drzewa — rozkrok, ręce w górę, skłon tułowia w dół z klaśnięciem w dłonie.	f) Potem rąbią.
g) Przysiad podparty i skoki w przód.	g) Ale chodźmy dalej. Cóż to przemyka się między krzakami? To zajączek. Jak ślicznie skacze!
h) Zabawy: 1) ze śpiewem, 2) bieżna.	h) No, a teraz zabawimy się: 1) „Jaworowi ludzie", 2) „Wilkołak".

III. Ćwiczenia końcowe.

	— Lecz i koniec wycieczki — musimy wracać do szkoły. Żal opuszczać piękny las.

a) Skłony i zwroty tułowia w postawie siedzącej — ręce na biodrach.
b) Zwroty i skłony głowy — ręce na barkach w postawie stojącej.
e) Marsz że śpiewem.

a) Usiądźmy jeszcze na chwilę. Rozejrzyjmy się jeszcze raz — dobrze.
b) Pod nogami kwiatki, szyszki, grzybki... Obejrzyjmy się w lewo, prawo.
e) Już po wycieczce. Było przyjemnie. Zaśpiewajmy z radości. („Ukończone już zajęcia" — Kasprowiczowa i Kruszewska — Pieśni w szkole).

W odróżnieniu od innych lekcji gimnastyki na tym poziomie, lekcja ta została potraktowana jako całość, jako logiczny ciąg kolejny. Poszczególne części jej są ogólnie znane i wszędzie przerabiane. Często są jednak fragmentaryczne np. tworzenie uliczki lub jak ptaszek leci, albo karzełki i olbrzymy... Pokusiłem się o stworzenie nierozdzielnego ciągu następujących po sobie systematycznie ćwiczeń, które w formie zabawowej zostały ujęte jako naturalny tok lekcyjny.
Tak, jak każda lekcja teoretyczna, wypadnie ona inaczej w praktyce. Wynik jej zależy przede wszystkim od nauczyciela, od sposobu ujęcia i przeprowadzenia. Przeprowadzona umiejętnie wniesie wiele zadowolenia i pożytku.

ZYGFRYD PRÓSZYŃSKI (Tupadły)

PRZYKŁADY LEKCYJ ĆWICZEŃ CIELESNYCH W ZIMIE, NA OTWARTYM POWIETRZU

Zima jest bardzo odpowiednią porą do prowadzenia ćwiczeń cielesnych na świeżym powietrzu ze względu na doskonałe warunki zdrowotne. Chcąc długi ten okres należycie wykorzystać trzeba jak najczęściej z młodzieżą wychodzić poza obręb murów szkolnych. Poza lekcjami typu sportowego jak saneczkowanie, jazda na nartach, jeżdżenie na łyżwach można z powodzeniem stosować lekcje gier i zabaw przeplatane ćwiczeniami gimnastycznymi. Przy opracowywaniu wzorców do tego rodzaju lekcyj trzeba uwzględnić i silnie uwydatnić element ruchu, by zapobiec zmarznięciu dzieci. Pamiętać również należy, by w organizowanych zabawach i grach równocześnie cała grupa ćwiczących brała czynny udzia, by nikt nie tkwił w bezruchu.

Klasa V.

Na podwórze dzieci schodzą z założonymi już szarfami w 4 różnych kolorach.

1. Zabawa: „Czarny lud".
2. Rakieta na cześć zwycięzcy.
3. Szybkie związanie dużego koła (dla zwiększenia odstępów krok w tył).
4. W rozkroku ćwiczenie ramion: lewę ramię w bok — skręt głowy w lewo. Prawe ramię w bok — skręt głowy w lewo.
5. W rozkroku skłony w dół z opuszczaniem ramion w dół i szybki wyprost.
6. Podskoki w miejscu z klaskiem z przodu i z tyłu.
7. Zabawa: „Lawina" — przeprowadzona w grupach.
8. W grupach sypanie wałów obronnych ze śniegu w odległości 15 kroków. wysok. 30—40 cm.
9. Robienie kul ze śniegu i w pozycji leżącej (o ile na to teren pozwala) walka na punkty (rzucanie do siebie kulami zza murów — dowódcy liczą trafne strzały u swych przeciwników). Po czym rakieta na cześć zwycięzców.
10. Skoki strumieniem ponad wały.
11. Marsz gęsiego, długim, spokojnym krokiem.
12. Pożegnanie.

Klasa VI.

1. Zabawa: „Rybacy na jezioro". (Złapanym nauczyciel daje opaski, w ten sposób przygotowuje podział na grupy).
2. Na gwizdek — postawa.
3. W czwórkach w marszu zbiórka.
4. Kolumna przez rozluźnienie czwórek.
5. W rozkroku krążenie ramion w bok wyciągniętych, na cztery klask nad głową, z odchyleniem głowy w tył.
6. Skłony w dół (w rozkroku), ramiona obejmują kostki od tyłu.
7. W rozkroku skłony w bok z pogłębianiem.
8. W tymże rozkroku skłony z objęciem oburącz lewej i prawej kostki u nogi — naprzemian.
9. Podskokami obunóż posuwanie się w przód i z powrotem na swe miejsca.
10. Gra: „Dzień i noc" — na punkty, po czym rakieta dla zwycięzców.
11. W grupach sypanie kopców i skoki ponad nie.
12. Zbijanie chorągiewek (kulami śnieżnymi) zatkniętych w kopce, z liczeniem celnych strzałów.
13. Rakieta na cześć zwycięzców.
14. Pożegnanie.

Klasa VII.

1. Bieg po szarfy (ułożone w szeregu na ziemi) i z powrotem do nauczyciela, z równoczesnym ustawianiem się w czwórkach według kolorów. Rozstawienie kolumny ćwiczebnej.
2. Postawa spojona. Skurcze ramion i rzuty do boku z równoczesnym skrętem głowy w kierunku wyrzucanego ramienia.
3. Rozkrok — skłon w dół z pogłębieniem — dłonie posuwają się ku tyłowi, palce dotykają ziemi. Szybkie, sprężyste wyprosty.
4. W rozkroku skłony w bok, z zamachem ramienia ponad głowę. Skłon w lewo, zamach prawym ramieniem i przeciwnie.
5. W kolumnie czwórkowej podskokiem rozkrok z równoczesnym klaśnięciem nad głową.
6. Gra: „Sztafeta z chorągiewkami".
7. Lepienie kul — rzuty z celowaniem do obiektu w terenie (drzewo, ogrodzenie, mur itp.). Liczenie punktów w grupach.
8. „Wyścig rannych".
9. Usypanie ze śniegu wału szerokości 1,50 m. Skoki ponad wał z rozbiegu.
10. Zwykły marsz.
11. Pożegnanie.

Sposób wykonania i przeprowadzenia gier i zabaw znajdzie czytelnik w książce Skierczyńskiego i Krawczykowskiego p. t. „Zabawy i gry ruchowe".

Iza Missolowa

PRZEGLĄD WYDAWNICTW

POLSKA

Marian Krawczyk. PODSTAWY WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W SZKOLE POWSZECHNEJ. Nakł. Zakład Narodowy im. Ossolińskich. Lwów 1938. Str. 166. Rys. 42. 15×23 cm.

Polska literatura z zakresu wychowania fizycznego wzbogacona została nową pracą wiz. M. Krawczyka. Praca ta ujęta jest jako podręcznik przeznaczony przede wszystkim dla słuchaczy liceów pedagogicznych, pedagogiów i wyższego kursu Nauczycielskiego — grupy wychowania fizycznego.

Treść podręcznika podana jest w sześciu rozdziałach, z których pierwszy omawia szkołę powszechną, jako warsztat pracy wychowawcy fizycznego, drugi — zawiera wiadomości o uczniach szkoły powszechnej, trzeci — będący pogłębieniem rozdziału drugiego — charakteryzuje cechy dzieci w poszczególnych okresach wieku, czwarty — mówi o celach wychowania fizycznego, piąty — przedstawia środki wychowania fizycznego i wreszcie szósty mówi o właściwej organizacji w. f. w szkole.

Układ podręcznika jest oryginalny, przejrzysty i celowy. Zagadnienia w nim poruszane interesują każdego kto pracuje w szkole lub znajduje się w okresie przysposobienia do tej pracy — stanowią one bowiem najbardziej istotne „podstawy wychowania fizycznego w szkole powszechnej". Trzeba też przyznać, że rozwiązanie tych zagadnień stoi na poziomie współczesnej wiedzy i oparte jest na własnym doświadczeniu oraz dorobku w tej dziedzinie. Autor bowiem początkowo jako nauczyciel wychowania fizycznego, potem jako instruktor W. F. w Kuratorium, wreszcie jako wizytator ministerialny jeżdżący po całej Polsce poznał dokładnie pracę nauczyciela szkoły powszechnej w tej dziedzinie i wszystkie typy szkół, rozmaite środowiska i wszelkie warunki pracy a najcenniejsze swe spostrzeżenia i uwagi zebrał i podał w tej książce.

Rozmiary i cel podręcznika utrudniły autorowi podanie w nim zasobu materiału ćwiczebnego. Pozorny jednak ten brak podręcznika może każdy nauczyciel uzupełnić studiując poprzednią pracę autora, idącą już w trzecim wydaniu, p. t. „Ćwiczę i wychowuję". Te dwie prace stanowią jak gdyby całokształt wiedzy i pracy w zakresie wychowania fizycznego w szkole powszechnej. Pierwsza książka traktuje raczej o teoretycznych podstawach pracy, druga — podaje przede wszystkim jej praktyczne zasoby.

W literaturze naszej odczuwało się dotkliwy brak podręcznika przeznaczonego dla nauczyciela szkoły powszechnej, traktującego bardziej popularnie o całokształcie teoretycznych podstaw wychowania fizycznego. Nauczyciel często szperając w pracach naukowych nieraz się tam gubił lub w ogóle rezygnował z tego często kosztownego pędu do pogłębiania swych wiadomości. Toteż i w tym względzie omawiana książka wypełnia poważną lukę.

Praca M. Krawczyka ze względu na swe walory nie tylko powinna się znaleźć w rękach słuchaczy zakładów kształcenia nauczycieli, jak to skromnie zaznacza autor, ale i w rękach nauczyciela pracującego w szkole powszechnej, któremu może oddać poważne usługi. **Jan Lechowski**

E. Loth. CZŁOWIEK PRZESZŁOŚCI. Książnica-Atlas. Lwów-Warszawa, 1938. Str. 455.

Jest to pierwszy tom zapowiedzianego cyklu prof. Lotha p. t. „Ku szczytom człowieczeństwa". Cykl ten obejmie całość zagadnień związanych ze zmiennością rodzaju ludzkiego i ma za zadanie jasne i ścisłe zarazem zobrazowanie stanu współczesnej wiedzy o człowieku. Autor — antropolog i anatom — już od 30 lat prowadzi badania nad człowiekiem, toteż dzieło jego jest w znacznej mierze oparte na wynikach tych badań oraz na zdobyczach archeologii, geografii i in., przez co naczelne zagadnienie rysuje się na bardzo szerokim tle ogólnym.

Kolejne rozdziały książki omawiają dzieje odkryć szczątków człowieka przedhistorycznego, chronologię geologiczną i archeologiczną oraz tzw. Primates, czyli

naczelne, tj. gatunki małp — przodków człowieka — z człekokształtnymi i człowiekowatymi na czele. O powstaniu i istnieniu człowieka samego zaczynają archeologowie mówić z chwilą, kiedy w wykopaliskach znajdują obok resztek kostnych również narzędzia, naczynia, broń itp., a więc wytwory rąk ludzkich, które występują już równocześnie z człowiekowatymi.

Analiza morfologiczna ewolucji rodzaju ludzkiego doprowadza autora do wniosku, że ewolucja ta jest bezustanna, co daje się zaobserwować i u ludzi współczesnych. Następny tom cyklu poświęcony będzie temu właśnie zagadnieniu: nowopowstających oraz zanikających cech antropologicznych. Trzeci i ostatni tom cyklu zawierać będzie rozważania na temat człowieka przyszłości.

Dzieło prof. dr Lotha, wydane bardzo pięknie, bogato ilustrowane, napisane jasno i zajmująco, obficie udokumentowane, stanowi pierwszorzędną pozycję w lekturze tych, którzy interesują się rodowodem ludzkości, jej przemianami w ciągu dziejów i dalszymi perspektywami rozwoju.

H. H.

Józef Świtkowski. POWIĘKSZENIE. Nakł. Ks. Wł. Wilak. Poznań. Str. 45. 12×17 cm. Cena 1 zł 50 gr.

W ciekawej formie dialogu, między dwoma fotoamatorami, wprowadza autor czytelnika w świat ciemni fotograficznej, gdzie umiejętnie zostają wyczarowane z małych obrazków — duże, ładne obrazy, będące częstokroć ozdobą mieszkań i wystaw fotograficznych.

Sportowiec, czy wychowawca fizyczny, który pracuje, z natury rzeczy, aparatem małoobrazkowym, aby potem powiększać, znajdzie w niniejszej broszurze sympatycznego współpracownika.

Dr A. M. Wieczorek. FOTOGRAFOWANIE NA NARTACH. Nakł. Ks. Wł. Wilak. Poznań. Str. 48. 12 × 17 cm. Cena 1 zł 50 gr.

Prawie każdy narciarz jest fotoamatorem i marzy o zrobieniu fotografii — nie tylko ładnych widoków, ale i ewolucji narciarskich, skoków w terenie i na skoczni, ciekawych zdjęć rodzajowych itp.

W polskiej literaturze fotograficznej odczuwało się brak krótkich broszurek, omawiających poszczególne dziedziny pracy fotoamatorów. Wymieniona broszura znanego artysty-fotografa oprócz ciekawej treści zawiera 24-częściowe całostronicowe ilustracje.

TABLICA WZROSTU I WAGI DZIECI DO 16 ROKU ŻYCIA opracowana przez R. Barańskiego, J. Bogdanowicza i Z. Łomnickiego. Polskie Towarzystwo Higieniczne, Warszawa.

Tablica niniejsza zawiera przeciętne wzrostu i wagi dzieci, oddzielnie chłopców i dziewcząt, od urodzenia do 16 roku życia. Do drugiego roku życia mamy cyfry w odstępach miesięcznych, po tym — dwumiesięcznych i trzymiesięcznych.

Tablica jest oparta na najnowszych badaniach polskich. Może ona oddać usługi nie tylko lekarzom szkolnym i higienistkom, ale orientować kierownika szkoły i wychowawcę fizycznego w podstawowych cechach rozwoju fizycznego jakimi są wzrost i waga. Z.

RADA NAUKOWA W. F. SZÓSTE PLENARNE POSIEDZENIE. Warszawa 1938.

Posiedzenie otworzył i osobiście przewodniczył Marszałek Śmigły-Rydz. Zaraz po oświadczeniu Wiceprzewodniczącego Rady, gen. dra Roupperta co do porządku obrad, zabrał głos Marszałek Śmigły-Rydz i wygłosił przemówienie, z którego pozwalamy sobie zacytować znamienny ustęp:

„Gdybym na chwilę przestał być reprezentantem interesów obronnych państwa,

to i w tym wypadku muszę stwierdzić, że wychowanie fizyczne jest niesłychanie ważną rzeczą. Przypuszczam, że nie mylę się, jeśli stwierdzę, że tylko kolaboracja jak najrozsądniejsza trzech czynników, a mianowicie wykształcenia intelektualnego człowieka, wychowania moralnego i wychowania fizycznego, daje dopiero pełnego zharmonizowanego człowieka, daje pełną kulturę".

Porządek dzienny zebrania Rady objął:

1) Sprawozdanie Rady Naukowej W. F. za r. 1937.
2) Uwagi o stanie w. f. w Polsce — ref. gen. dr St. Rouppert.
3) Uwagi o stanie w. f. na wsi — ref. prof. dr E. Piasecki.
4) Zagadnienie sportu akademickiego — ref. prof. dr St. Ciechanowski.
5) Rola sportu w szkole — ppłk. Wł. Ziętkiewicz i kurator W. Ambroziewicz.

W okresie sprawozdawczym wykonano szereg prac o doniosłym znaczeniu dla wychowania fizycznego. Komisja Lekarska Rady obradowała — między innymi — nad zagadnieniem „wydolności fizycznej młodzieży, wcielonej do szeregów bezpośrednio po ukończeniu szkoły", a specjalnie utworzona Komisja przepracowała problem wartości biologicznej młodzieży i dziatwy szkolnej.

Z inicjatywy Komisji Lekarskiej powstało Stowarzyszenie Lekarzy sportowych o charakterze ogólnopolskim.

Rada Naukowa rozpatrywała następujące kwestie: 1) nowy regulamin P. O. S., 2) projekt ustawy o instruktorach w. f. i o prowadzeniu ćwiczeń fizycznych i 3) programy ćwiczeń cielesnych i przysposobienia sportowego w liceach ogólnokształcących.

Prace badawcze prowadzone były przez Radę Naukową w zagadnieniach następujących:

„Badania lekarskie, pomiary antropologiczne i próby sprawności fizycznej nad grupą młodzieży z Kresów Wschodnich, uczestniczącą w obozach letnich K. O. P. w Rackim Borze".

„Badania lekarskie nad wpływem ćwiczeń fizycznych na przebieg menstruacji".

„Dalsze badania nad tradycyjnymi zabawami i grami ruchowymi celem wydania monografii z tego zakresu".

„Badania nad wpływem wysiłku fizycznego na organizm ludzki celem ustalenia racjonalnych podstaw indywidualizacji metod w. f.".

Gen. dr Rouppert w swym niezwykle interesującym referacie w sposób nader dobitny uwypuklił wszelkiego rodzaju bolączki wychowania fizycznego w kraju. Z wielkim zadowoleniem podkreślamy, że p. generał był w swoim referacie — między innymi — gorącym rzecznikiem obrony praw moralnych i materialnych nauczycieli w. f. W konkluzji wnosi o:

„Opracowanie minimalnego programu inwestycyjnego i jego realizacja w ciągu lat przez P. U. W. F. i P. W.".

„Rozszerzenie zakresu w. f. w szkołach średnich i liceach kosztem innych przedmiotów".

„Zrównanie w prawach nauczycieli w. f. z pozostałymi, ustalenie dla nauczycieli w. f. 25 lat do emerytury i odrzucenie dodatkowego przedmiotu".

„Przemianowanie C. I. W. F. na Akademię Wychowania Fizycznego, zaś doraźnie przyznanie mu prawa nadawania magisteriów".

Do wniosków tych Rada ustosunkowała się przychylnie, powzięła odpowiednie uchwały, w celu zwrócenia się do odnośnych władz i wprowadzenia w życie wysuniętych przez p. generała zagadnień. Niektóre z tych postulatów czynniki rządowe już uwzględniły, inne stanowią temat studiów odpowiednich resortów.

Obszernie omówił zagadnienie wychowania fizycznego na wsi profesor E. Pia-

secki. Referent opierał się częściowo na wynikach prac Komisji i Podkomisji, które z ramienia Rady Naukowej zajmowały się studiami nad tym zagadnieniem.

W czasie dyskusji nad tym referatem zabrał głos p. Marszałek i w dłuższym przemówieniu uwypuklił swój pozytywny stosunek do omawianego zagadnienia, przyrzekając pomoc wojska przy propagowaniu tradycyjnych gier na wsi.

Z kolei prof. Ciechanowski referował temat p. t. „Wychowanie fizyczne młodzieży akademickiej". Referent podkreślił, że rozwój fizyczny akademików w Polsce — jak wykazują statystyki badań — pozostawia na ogół wiele do życzenia i dlatego uważa, że zwłaszcza w pierwszych dwóch latach studiów młodzież potrzebuje racjonalnego i stałego wychowania fizycznego. W rezultacie swego, wszechstronnie wyczerpującego sprawę, referatu profesor Ciechanowski zgłosił szereg tez, do których Rada odniosła się z powagą, jakiej wymaga omawiana sprawa.

I wreszcie na temat: „Rola sportu w szkole" wygłosił referat ppłk. Wł. Ziętkiewicz i koreferat kurator W. Ambroziewicz.

Referent bardzo trafnie ujmuje bolączki wychowania fizycznego w szkole. Nakreśla zarazem szkic organizacji sportu szkolnego oraz zgłasza niezmiernie ważny w tej sprawie wniosek: „Uznając doniosłe znaczenie sportu szkolnego dla zadań żywotnych szkoły, Rada Naukowa W. F. na posiedzeniu plenarnym w dniu 12 lutego 1938 r. apeluje do Pana Ministra Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego, aby zechciał rozbudować sport szkolny, realizując jego pilne postulaty".

Wniosek ten, oraz inny doc. dr E. Reicherówny w sprawie rozbudowania nadzoru lekarskiego w szkole, który wiąże się z rozbudową sportu szkolnego, Rada przyjęła jednogłośnie.

P. kurator Ambroziewicz w końcowym koreferacie na ten sam temat, polemizując w niektórych punktach z referentem, podał konkretny i zupełnie możliwy do zrealizowania projekt rozbudowania sportu i wychowania fizycznego w szkole. Jak wynika z koreferatu, zdaniem pana kuratora, ta część wychowania nie może być powierzona nikomu innemu tylko szkole i wychowawcy. Jest to stanowisko jasne i zrozumiałe. Niepodobna wyobrazić sobie, by nauczanie jakiegokolwiek przedmiotu szkoła powierzyła komuś z poza swego grona. Tym mniej może tu być mowa o przedmiotach wychowania fizycznego, które w większym stopniu od innych kładą nacisk — jak sama nazwa wskazuje — na wychowanie ucznia. Poza tym nieodpowiednio pokierowane przedmioty te mogą wywrzeć niekiedy zgoła ujemny wpływ na wychowanka. I tylko szkoła jest w stanie roztoczyć większą nad nim opiekę i może występować w postaci właściwego regulatora.

D. R.

O TOKU LEKCYJNYM

W styczniowym zeszycie „Wychowania Fizycznego" (Nr 5, II r.) w artykule „Podział ćwiczeń i tok lekcyjny" Wiz. W. Sikorski roztrząsa zagadnienie toku lekcji ćwiczeń cielesnych i dochodzi do wniosku, że musi istnieć przemyślane następstwo ćwiczeń, musimy w swej pracy kierować się tokiem lekcyjnym, „który niemal wyklinamy na łamach fachowych pism", a owo wyklinanie ma miejsce jakoby w nrze 1—2 i poprzednich „Wychowania Fizycznego w Szkole" r. 1938/39.

Ten zwrot, zasłużonego i cenionego twórcy podstaw metodycznych ćwiczeń cielesnych w Polsce, wymaga sprostowania.

„Wychowanie Fizyczne w Szkole" nigdy nie wypowiadało się za pracą chaotyczną i bezplanową, czego dowodem jest, między innymi, zdanie ze wzmiankowanego przez wiz. Sikorskiego zeszytu:

„Nie opowiadamy się bynajmniej za nierozsądną swobodą, która dopuszczałaby

stosowanie metod od dawna nie wytrzymujących ognia krytyki lub posunięć wręcz niezgodnych z dzisiejszym stanem wiedzy w zakresie w. f.".

Natomiast krytycznie odnosimy się do tzw. krzywej natężenia, która nie może być zagwarantowana następstwem ćwiczeń, ale w dużej mierze zależy od intensywności wykonania tych ćwiczeń, stopnia wyćwiczenia danej grupy, urządzenia sali itp. czynników. Nie negujemy istoty krzywej natężenia, ale złudzenie, że można ją osiągnąć stosując ten czy inny schemat. Dlatego też we wspomnianym przez wiz. Sikorskiego artykule pisaliśmy o bezsensowności **kurczowego** trzymania się schematu (podkreślenie moje).

Wiz. Sikorski nie podaje dokładnie, które artykuły z „Wychowania Fizycznego w Szkole" ma na myśli, mówiąc o „wyklinaniu" toku lekcyjnego, dlatego też trudno polemizować. Jedyny artykuł, we wskazanym przez autora zeszycie, który cośkolwiek o tym wspomina, to chyba „Konferencje" („Wych. Fiz. w Szk." nr 1—2 r. 1938/39, str. 5—7). Ten artykuł jednak inny miał motyw przewodni. Chodziło w nim o to, ażeby wizytatorzy i instruktorzy w. f. nie narzucali wychowawcom fizycznym tej czy innej metody, co jest zagwarantowane w Statutach Szkoły Powszechnej i Gimnazjum (§ 47 i § 40 o jednakowym brzmieniu: **„Żadna metoda nie może być uznana za wyłącznie obowiązującą przy nauczaniu danego przedmiotu"**). Staliśmy więc na stanowisku prawnym, propagowaliśmy korzystanie z dobrodziejstwa rozporządzenia Ministra W. R. i O. P.

Dalej wiz. Sikorski mówi:

„Mimowolnie nasuwa mi się pewna wątpliwość, czy przeciwnicy z góry określonego następstwa rodzajów ćwiczeń dobrze wiedzą, co pragnęli by widzieć w miejsce toku lekcyjnego" (str. 215). Dokładność zrozumienia niniejszego zdania uniemożliwia wyraz **„z góry"**. Jeśli „z góry" rozumieć jako tok lekcyjny **narzucony** przez podręcznik, instruktora czy wizytatora, to w miejsce takiego toku lekcyjnego chcielibyśmy widzieć tok **wybrany** przez nauczyciela i przystosowany przez niego do warunków swej pracy, zgodnie z wiedzą teoretyczną w zakresie w. f., a opracowany z góry, to znaczy przed przystąpieniem do pracy w danych warunkach i modyfikowany w miarę praktyki.

Następnie wiz. Sikorski pisze (str. 215):

„Nie wyobrażam sobie bowiem, że chcieliby młodych wychowawców fizycznych, walczących w początkach swej pracy z licznymi trudnościami, puścić na bystre fale wątpliwej wartości eksperymentów".

Tym to młodym wychowawcom fizycznym winna służyć instytucja instruktorów, którzy, spełniając swe czynności w sposób koleżeński i poufny, przyczynią się do usunięcia trudności w pierwszych latach pracy. Taka działalność instruktorów pożądana jest także dla starszych i bardziej doświadczonych nauczycieli, jeśli o nią zwróca się.

W dalszym ciągu pracy wiz. Sikorskiego znajdujemy znamienne zdanie:

„Z drugiej strony podczas wizytacji żaden z wizytatorów, gdy spotka się z wartościową pracą wychowawcy fizycznego, nie robi kwestii, co do następstwa ćwiczeń w lekcji, o ile w następstwie tym nie ma zasadniczych błędów".

Jest rzeczą zrozumiałą, że jeśli nie ma błędów wizytator nie może czynić zarzutów. Niestety, wychowanie fizyczne jest dziedziną tak młodą, że bardzo trudno tu o jakieś niezachwiane kryteria. Weźmy chociażby kwestię natężenia lekcji. W tych przypadkach stosowana być musi wielka subtelność i oględność osądu i wierzymy, że wizytatorzy tymi zasadami się kierują.

Reasumując odpowiedź na zarzuty, jakie nas spotkały, i doceniając głębokie i po-

ważne rozumowanie naprawdę cenionego przez nas wiz. Sikorskiego, jeszcze raz postaramy się krótko sprecyzować nasze stanowisko:

Nie negujemy wartości konsekwentnie przemyślanego następstwa ćwiczeń, czyli toku lekcyjnego, ale negujemy mniemanie, że tok i tylko tok daje taką czy inną krzywą natężenia. Nie uważamy, ażeby ten, czy ów tok miał być niewzruszony, przeciwnie — twierdzimy, że winien być on modyfikowany przez nauczyciela, stosownie do psychicznych i materialnych warunków pracy. Ponieważ ten czy inny tok lekcyjny jest integralną częścią metody, a statuty szkoły powszechnej i gimnazjum gwarantują swobodę w wyborze metody, stwierdzamy, że nikt nauczycielowi nie może narzucać toku. Wreszcie chcielibyśmy utrwalić przekonanie, że tok lekcyjny nie jest panaceum na podstawowe niedomogi lekcji ćwiczeń cielesnych i stanowi zagadnienie o wiele niższej rangi, niż się to dotychczas utrzymywało.

T. ZYGLER

FRANCJA

NIEMOŻLIWOŚĆ ROZWIĄZANIA

Georges Hebert, twórca metody naturalnej, wypowiada szereg cennych uwag na łamach swego miesięcznika „L'Education Physique" na temat palącej kwestii regeneracji rasy i zaprawienia młodzieży do znoszenia trudów fizycznych.

Zdaniem jego, mimo wydanych milionów na cele wychowania fizycznego, mimo ton papieru zużytych na okólniki, dekrety i regulaminy, nic się w tej dziedzinie nie stworzyło i nawet jeden z pierwszych programów, opracowany przez administrację w latach 1887 — 1891 nie został do dziś dnia wprowadzony w życie. Sprawa wychowania fizycznego młodzieży jest zagadnieniem natury pedagogicznej, nie administracyjnej. A cały błąd — zdaniem Heberta — polega na rozpatrywaniu problemu pod kątem wyłącznie administracyjnym. Wydaje się pieniądze, powołuje się podsekretarzy stanu, którzy nigdy nie ćwiczyli, buduje się stadiony, na których brak ćwiczących, a sprawa nie rusza z miejsca.

Przyczynę tych niepowodzeń widzi Hebert w braku ideału, który by pociągnął młodzież. Młodzież potrzebuje duchowego przewodnika, a nie stadionów, na których kilku ćwiczy, a tłumy leniwych widzów, przyciągniętych widowiskiem, budzą w szampionach niskie instynkty i żądzę błyszczenia.

Aby stalić ciała, trzeba urabiać charaktery. Trzeba pracować według pewnego konsekwentnego planu pod przewodnictwem wartościowego wodza. Tutaj nic nie poradzą funkcjonariusze zza biurka.

W okręgu paryskim, gdzie znajduje się ponad milion dzieci i młodzieży, tereny sportowe są puste przez większą część tygodnia, a wspaniałe urządzenia sportowe nie uczęszczane prawie przez sześć miesięcy.

„Instrukcje", papiery i nawet pieniądze nie wzbudzą tego, czego brak tej młodzieży — zapału.

Dlatego rozwiązanie tego palącego zagadnienia musi nastcpić na innej drodze, niż okólniki ministerialne.

Bez wątpienia, że Hebert pragnąłby ukształtowania władz kierowniczych raczej na modłę włoską czy niemiecką, gdyż spowodowała ona wielkie zainteresowanie młodzieży sportem i operując celami duchowymi, stworzyła w niej zapał, niezbędny dla pokonania trudów fizycznych. Jednakże myśli swej do końca nie wypowiada.

METODA NATURALNA W PRAKTYCE SZKOLNEJ

L'Education Physique podaje rezultaty zastosowania metody naturalnej w 691 szkołach powszechnych departamentu Aude, uczęszczanych przez 33 tysiące dzieci.

Poczynając od 1 października 1936 r. podwyższono ilość godzin poświęconych wychowaniu fizycznemu z 2 na 7 tygodniowo. Godziny rozdzielono w sposób następujący: jedno popołudnie na świeżym powietrzu i po godzinie w całości lub podzielonej na pół godziny rano i wieczorem w dni pozostałe. Urządzenia były wszędzie niedostateczne, a w wielu szkołach brakowało ich całkowicie. Bardzo mało szkół posiadało boiska; w szkołach górskich brakło niejednokrotnie nawet podwórców, gdyż w tych okolicach przestrzenie płaskie są bardzo rzadkie. Nieraz trzeba było ćwiczyć na placu wioskowym lub wprost na ulicy.

Wolne popołudnie — nowość w eksperymencie — wywoływało krytyki ze strony rodziców: niszczenie obuwia, strata czasu na zabawę itp. Toteż początkowo te popołudnia były mało uczęszczane.

Lecz po dwóch latach stosowania nowej metody władze szkolne stwierdzają jej ogromny wpływ na psychikę i rozwój fizyczny dzieci.

„Przede wszystkim — stwierdza inspektor departamentalny Tournaud — wielkim osiągnięciem jest ta entuzjastyczna radość dzieci, które już na wiele dni przed tym pytają o czas ćwiczeń popołudniowych i ich zawód, gdy nauczyciel oznajmiał, że dziś się nie wyjdzie. Potem przyzwyczajanie się do życia w grupie, do solidarności... Ma się także dobroczynne zbliżenie między nauczycielem a uczniami.... I wreszcie pół dnia na świeżym powietrzu zbliża klasy do przyrody i do środowiska. Wychodzi się na ćwiczenia fizyczne, lecz w drodze na łąkę czy do lasu asystuje się przy rónych pracach. W ten sposób formułują się pytania, nie nowe, lecz budzące nowe zainteresowania u dzieci. Co więcej, wiele dzieci miejskich jest zupełnie obce sprawom przyrody, wyjście za miasto odkrywa im nowy świat i budzi drzemiącą ciekawość. To odmłodzenie zainteresowań szkolnych, spontaniczne i nie zawsze kierowane przez nauczyciela, uderzyło wszystkich uważnych obserwatorów. I wkrótce najlepsi nauczyciele wykorzystali tę żądzę poznania, która w ten sposób powstała. Znam wielu nauczycieli, którzy poznawszy w ciągu roku te narzucające się im możliwości pedagogiczne, bardzo się przywiązali do tej nowej formy nauczania" — pisze sprawozdawca.

W rezultacie zastosowania nowej metody poprawiło się znacznie zdrowie dzieci. Waga wzrosła przeciętnie od $1/2$ do 4 kg, powiększyły się rozmiary klatki piersiowej, zmniejszyły się skłonności do przeziębień.

„Pewna ilość dziewczynek apatycznych i bojaźliwych, o temperamencie ślamazarnym — pisze pewna kierowniczka szkoły dla dziewcząt — przekształciła się w sposób nieoczekiwany przez uprawianie zabaw i gier na wolnym powietrzu. Nabrały one ochoty do czynności fizycznej, chęci inicjatywy i poczęły kształcić swą wolę".

Podobnie na wsi. Prawie we wszystkich szkołach wiejskich stwierdzono większą zwinność i ruchliwość wśród uczniów.

Zwiększenie ilości godzin wychowania fizycznego nie wpłynęło ujemnie na postępy w naukach, lecz odbiło się korzystnie na procencie dobrych świadectw szkolnych.

Takie rezultaty zastosowania metody naturalnej wpłynęły na decyzję stosowania jej nadal w szkołach departamentu Aude.

WALKA O NOWY TYP SPORTOWCA

Umiar i równowaga — to zasadnicze cechy charakteru francuskiego. Reporter francuskiego poriodyka sportowego „L'auto" zachwyca się odnalezieniem tych cech w młodziutkiej, 18-letniej mistrzyni Francji w gimnastyce, Gactane Boitel. W przeciwieństwie do rozwydrzenia wśród młodzieży, wywołanego merkantylnym trakto-

waniem sportu i pogonią za rekordami, młodziutka mistrzyni nie uważa siebie za ósmy cud świata i chociaż uprawia z zamiłowaniem sporty i pobiła kilka rekordów, patrzy na rozwydrzone sportsmenki jak na cudaczne stwory.

Panna Boitel poza sportem widzi w życiu jeszcze bardzo dużo. Lubi czytać i to nie koniecznie książki traktujące o sporcie. Przepada za dobrą poezją. Nie wyzbywa się kobiecości i praca w gospodarstwie domowym jej nie odstrasza. Najchętniej przebywa na łonie rodziny.

Ten piękny typ sportsmenki ukształtowała metoda naturalna Heberta, stosowana w szkole w Aulnay-Sous-Bois, gdzie mistrzyni pobierała pierwsze nauki.

„Zaczęłam wcześnie — zwierza się dziennikarzowi — już w wieku lat ośmiu zaczęłam uprawiać sport na kursie hebertyzmu w Bourget. Oddawałam mu się z radością. Nic bowiem nie ma prostszego ni doskonalszego od tej metody. Jak długo będę żyć, nie zapomnę tych pięknych, słonecznych niedzieli, kiedy żyliśmy po trosze jak dzikie zwierzątka, upojone wolnością... Mój pierwszy tytuł nie przewrócił mi w głowie. Czy można przywiązywać tyle wagi do laurów? Nie sądzę. Sport zawiera w sobie wynagrodzenie w radości wysiłku, niezależnie od tego czy jest zwycięski, czy nie".

Warto, żeby i naszych sportowców ożywiał podobny duch. L. M-ski

DANIA

MUZYKA JAKO ŚRODEK POMOCNICZY PRZY NAUCZANIU GIMNASTYKI (według artykułu Gerdy Alexander w Fysisk Fostran och Vetenskapen).

Autorka stara się odpowiedzieć na pytanie, dlaczego stosuje się przy gimnastyce akompaniament muzyczny, mimo, iż doświadczenie uczy nas, że najczęściej pogarsza on pracę czysto gimnastyczną. Okazuje się, iż obok większej dokładności przy wykonywaniu ruchów uczniowie doznają więcej zadowolenia z takiej pracy, która ruchowi nadaje więcej „rozmachu". Zadowolenie to pochodzi stąd, że nawet ludzie, których naturalny rytm życia i ruchu jest zakłócony, nie stracili instynktu dla pierwotnego związku muzyki i ruchu. Posiadają oni to uczucie, że ruch dopiero wówczas będzie zupełny, gdy doda się do niego muzykę. Zrozumiały sam przez się związek cielesnego i muzycznego wyrazu obserwujemy w tańcach religijnych i wojennych ludów pierwotnych. To samo daje się zaobserwować przy spontanicznych zabawach małych dzieci, które sobie przyśpiewują lub nucą jakąś melodię, albo biegają i podskakują śpiewając. Muzyka wspólnie z ruchem tworzą rytm — jak powiada autorka — i dlatego gimnastyk, który pragnie się nauczyć racjonalnie wtórować ruchom, musi traktować i badać podstawowe prawa muzyki jako kolejność napięcia — odprężenia — pauzy.

Autorka wspomina o wielkich zasługach genewskiego pedagoga muzycznego Jacques Dalcroze'a, który pierwszy wskazał na wielkie znaczenie rytmu nie tylko dla wychowania fizyczno-muzykalnego, ale dla wychowania w ogóle. Podstawowe zasady jego rytmicznego wychowania w szkole nowoczesnej stosowane są nie tylko przy nauczaniu muzyki i gimnastyki, lecz także w nauczaniu pisania, czytania, rachunków i geografii.

Następnie autorka omawia, jak w ogólności wygląda zastosowanie tej pomocy w lekcjach gimnastyki. Na ogół jest się zadowolonym, gdy podstawowe tempo ruchów zgadza się z muzyką, nie zwracając uwagi na punkty kulminacyjne, akcentowane pauzy lub nawet na muzyczną i rytmiczną formę. Gra się możliwie głośno i ściśle do taktu, bez zrozumienia dla ruchów, którym się towarzyszy. W konsekwencji ruchy mechanizują się, muzyka działa jak narkotyk, jednocześnie wrażliwość na rytm cielesno-muzykalny — podstawa, na której buduje się każde żywe rozumienie muzyki, zostanie zniszczona. Wówczas powiada się, że uczeń jest niemuzykalny.

Autorka powiada, że w ogóle nie należy stosować muzyki, zanim uczniowie nie zrozumieją rytmu ruchu przy ćwiczeniu; czyli innymi słowy: rytmiczno-dynamicznych stosunków napięć i uwarunkowanych przez nie formy, tempa i punktów odpoczynkowych. Względem pauzy grzeszy się najwięcej, zapominając, że należy ona bezwzględnie do rytmu i jest akurat tak samo ważną częścią składową, jak napięcie i odprężenie.

Jeśli ćwiczący zdają sobie sprawę z rytmicznego przebiegu, przeżyli go na własnym ciele, muzyka niejako przejmuje rytm, wyjaśnia go i wspomaga ruch. Pianista winien, podobnie jak gimnastycy, sam wykonać ruch, aby rzeczywiście móc dać pomoc swym towarzyszeniem. Gdy pracuje się w ten sposób, ruchy będą stanowiły stale nowe przeżycia i nie skostnieją w pustej formie. Jednocześnie daje się uczniom najlepsze podstawy do nauki muzyki. Powołując się na praktykę Dalcroze'a i jego szkoły autorka twierdzi, że nie ma ludzi z natury niemuzykalnych, lecz nieodpowiednie wychowanie niweczy słabe niekiedy uzdolnienia rytmiczno-muzykalne.

Idąc śladami Dalcroze'a autorka powiada, za zarówno każde dziecko, jak i dorosły, pomimo nawet słabych zdolności muzycznych, może nauczyć się racjonalnie akompaniować ruchom. Kto kiedykolwiek spróbował znaleźć muzykę odpowiednią do ruchów, zna połączone z tym wielkie trudności. Do ciekawego ruchu złożonego trudno jest znaleźć odpowiednią muzykę. Jeśli znajdzie się coś, co pasuje, to zazwyczaj w dalszym przebiegu utworu muzycznego następują inne niezgodne znów punkty kulminacyjne lub rytmiczne przesunięcia, tak że forma ruchu nie będzie pasowała do formy muzycznej. Autorka powiada, że w takich przypadkach w najlepszym razie zmienia się ruchy i dostosowuje się je do muzyki. Na ogół próbuje się tak długo zmieniać, skracać, zwalniać, przesuwać punkty kulminacyjne muzyki, aż staje się ona poniekąd dopasowana do ruchu. Ale z pierwotnego utworu muzycznego pozostaje coś nie do poznania. Autorka zgadza się poniekąd z podobnymi posunięciami w stosunku do muzyki przebojowej, lecz spaczanie w ten sposób muzyki klasycznej uważa słusznie za brak kultury i dodaje, że Bach, Szuman, Beethoven, Mozart, Brahms i inni nie tworzyli muzyki dla gimnastyki — fuga, sonata, symfonia i inne formy instrumentalne nie nadają się bezwzględnie do towarzyszenia wymachom ramion lub podskokom.

Jak widać, autorka zajmuje w tej sprawie krańcowe stanowisko, a sądzę, że rzecz nadaje się do dyskusji. Wiemy bowiem, że znakomita reformatorka gimnastyki kobiecej, nauczycielka uniwersytetu kopenhaskiego, Agneta Bertram, zastosowała przy swoim repertuarze ćwiczeń szereg fragmentów z muzyki klasycznej. Zdaniem jednego z najwybitniejszych muzykologów skandynawskich, profesora uniwersytetu kopenhaskiego, dra E. Abrahamsena, pani Bertram posiada szczególną zdolność w dobieraniu do swych ćwiczeń takiej muzyki, która by nie tylko odpowiadała im pod względem rytmu, ale również co do zawartości, to znaczy, by jej cechy i nastrój zgodne były z cechami ruchu, przy czym całość muzyczna nigdy u niej nie bywa narażona na szwank.

Autorka uważa, że dość jest pieśni ludowych, tańców i marszów, które dadzą się zastosować do celów nauczania gimnastyki. Wywody swe autorka formułuje zwięźle i jasno: „raczej nie stosować muzyki, niż stosować opacznie".

Najbardziej naturalnym wydaje się jej doprowadzenie sprawy do takiego stanu, by każdy gimnastyk (nauczyciel gimnastyki — ukaga sprawozd.) był przygotowany do improwizowania na fortepianie i w ten sposób uniezależnił się od obcej muzyki.

W zakończeniu autorka rozstrząsa znaczenie, jakie posiadają najrozmaitsze instrumenty perkusyjne (gong, kotły, werbel, bęben, triangel i inne) dla określonych typów ruchów.

D. R.

Z ŻYCIA KOMISJI

KURS NARCIARSKI W ZAKOPANEM

W okresie od 28 grudnia 1938 r. do 7 stycznia b. r. odbył się w Zakopanem zorganizowany staraniem Komisji Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego Z. N. P. a pod kierownictwem kol. F. Frankiewicza Kurs narciarski dla 70 osób, reprezentujących nauczycielstwo związkowe ze wszystkich ziem polskich. Na miesiąc przed terminem zakontraktowano dwa jedynie wolne jeszcze pensjonaty w cenie 5 złotych od osoby. Wszystkie inne pensjonaty na Bystrem, na drodze do Olczy, a nawet w Jaszczurówce w tym czasie już były wynajęte. Okazało się po tym, że ponieważ tuż przed świętami śnieg nie dopisał, wiele osób zrezygnowało z przyjazdu do Zakopanego, więc po 26 grudnia można było znaleźć wolne pokoje, lepsze od zakontraktowanych. Część osób wykorzystała sprzyjający moment i ulokowała się na własną rękę. Z uznaniem trzeba jednak podkreślić, że znakomita większość uczestników (czek) kursu rozumiała trudne położenie kierownictwa, związanego kontraktem, i zgodziła się mieszkać we wspólnych pokojach po parę osób.

Podczas całego 11-dniowego pobytu na kursie wszyscy uczestnicy znakomicie poprawili swoją sprawność narciarską i pokrzepili swe siły. Świetny instruktor P. Z. N. kol. K. Pietkiewicz prowadził grupę zaawansowanych. Pierwszy dzień rozpoczęto zjazdem z Gubałówki, nic więc dziwnego, że zjazd z Kasprowego nikogo potem już nie przerażał i nie przyprawił o najmniejszy wypadek. Pomocnikami p. Pietkiewicza, głównego kierownika szkolenia na kursie, byli pp. Władysław Dąbrowski i Wincenty Karmowski, prowadzący grupę początkujących i „średnich". Obie te grupy nie ustępowały miejsca grupie pierwszej zarówno pod względem kilometrażu wycieczek, jak i brawury zjazdów.

Aż podziw bierze, skąd tym miłym ludziom, którzy się zjechali do Zakopanego ze wszystkich stron Polski, po całodzienenj włóczędze na deskach chciało się jeszcze o wieczornej porze tańcować przy dźwiękach tanga czy lambeth walka. Jakżeby jednak nie wyzyskać okazji, wszak tyle znakomitych tancerzy i tyle pięknych koleżanek. Toteż płyty, wynajętego ad hoc patefonu, rozbrzmiewały aż do późnej nocy.

Kurs się udał i nastrój był miły. Stwierdzili to uczestnicy na pożegnalnej herbatce, na której był też kol. Zygler, przewodniczący Komisji W. F. i P. W. Zebrani zwrócili się do kol. Zyglera, aby przedstawił Zarządowi Głównemu Z. N. P. wniosek zebranych na kursie członków o wybudowaniu w Zakopanem domu turystycznego Z. N. P., aby uwolnić nauczycielstwo od koniunkturalnych cen prywatnych właścicieli pensjonatów. Cenom tym, rosnącym z roku na rok, znikome uposażenie nauczycielstwa sprostać nie zdoła, a z drugiej strony byłoby wielką niesprawiedliwością społeczną, aby nauczycielstwo, spragnione wypoczynku po znojnej pracy, miało się wyrzec rozkoszy korzystania z europejskich inwestycji sportowych Zakopanego. Zapobiegnie temu własny dom turystyczny, przeznaczony tylko dla zdrowych.

W święto Trzech Króli kol. Malicki, dyrektor Sanatorium Nauczycielskiego, wygłosił do uczestników kursu gawędę o Tatrach i Podhalu, oklaskiwany rzęsistymi brawami tłumnie zebranej braci nauczycielskiej. Koledze Malickiemu, rzecznikowi spraw kursowych przed Zarządem Zakopanego, w celach uzyskania zniżek w opłacie taksy klimatycznej, jak również za jego serdeczny kontakt z kursem, Komisja W. F. i P. W. składa na tym miejscu serdeczne dzięki.

Tego samego dnia, tj. 6 stycznia, na specjalne zaproszenie kierownictwa kursu, p. wiz. Marian Krawczyk wygłosił ciekawy odczyt na temat aktualnych problemów wychowania fizycznego w szkole powszechnej. Po odczycie wywiązała się ożywiona dyskusja, w której zabierały głos zarówno koleżanki i koledzy — z różnych okręgów

szkolnych. Bezpośredni kontakt wizytatora ministerialnego z nauczycielstwem szkół powszechnych, zgrupowanym na kursie, a pochodzącym często z najdalszych zakątków kraju, na pewno wyda jaknajlepsze wyniki, które nie sposób osiągnąć wyłącznie w drodze rozporządzeń i okólników. Taki był też punkt patrzenia p. wiz. Krawczyka.

Na kurs narciarski zgłosiło się o wiele więcej osób niż mogliśmy przyjąć. Z przykrością konstatujemy, że zmuszeni byliśmy odmówić przyjęcia na kurs osobom zgłoszonym wprawdzie w terminie, ale za pośrednictwem odcinka blankietu P. K. O. Otóż odcinek taki wędruje do buchalterii Z. N. P. razem z setką innych odcinków codziennego wpływu kasowego. Zrozumiałą rzeczą jest, że kierownictwo kursu nie mogło na czas otrzymać do wiadomości tych zgłoszeń i zdążyło powiadomić osoby zgłoszone listownie, ale po terminie, że są przyjęte na kurs.

Pod względem wyszkoleniowym i towarzyskim kurs należy uznać za dobrze udany, co jest zasługą zarówno kol. kol. kierownika, instruktorów jak i uczestniczek i uczestników.

F. F.

WRAŻENIA Z KURSU NARCIARSKIEGO

W okresie ferii świąt Bożego Narodzenia Oddział Grodzki Warszawski zorganizował kurs narciarski w Zakopanem dla koleżanek i kolegów zaawansowanych w sztuce poruszania się na „deskach" i dla stawiających pierwsze kroki. Zjechali się z całej Polski. Ci pierwsi „bojowo", w pełnym rynsztunku narciarskim i bajecznie kolorowo; stare wygi narciarskie z Oddziałem jeżdżą już sporo lat. Za nimi cepry, mieszczuchy, namówieni przez entuzjastów „białego sportu". I oni na przyszły rok zmienią swój wygląd: kalosze, parasole i meloniki zostawią w domu, a przyjadą obuci po narciarsku i z kijami od desek w ręku. W Zakopanem zamieszkaliśmy na Bystrem — stąd najlepszy wypad w góry. W pobliżu dobry teren do pierwszego „kropkowania" dla początkujących, a zaawansowani mają gdzie rozkręcić się i wyciągać „śmigi narciarskie". Po paru dniach treningu zaawansowani ruszyli w góry. Najpierw bliższe wypady na Halę Kondratową, Goryczkową i Gąsienicową. Potem — wyżej, na Kasprowy.

Pierwszy zjazd z Kasprowego po rocznej pracy w szkole nie nadaje się do filmowania. Wybaczcie, „partnerzy" tego widowiska — nie będę łgał jak myśliwy. Dużo wyrw aż do gruntu pożłobiło kocioł Kasprowego. Ale wygi potrafią padać i szybko wstawać, wprawny ruch ręki strzepnie ośnieżony bok i niby coś poprawia przy „deskach". Więdźba „nawaliła". Z Hali Gąsienicowej wiedzie nowa nartostrada. Z Karczmiska piękny szus pod Kopę Królową. Stąd jak dawniej na Olczyską, tylko nie na Halę Olczyską, lecz zboczem Kopy Królowej i Skupniowego Upłazu. Pięknie i śmiało przeprowadzona 8 km nartostrada schodzi kilkoma ostrymi wirażami w długie proste zjazdy. Tylko krzepko zewrzeć nogi, kolana wypchnąć w przód, zwalniać na zakrętach, śmigać po prostych, a w kilka minut jesteśmy w Jaszczurówce.

Z każdym dniem nowe wrażenia. Do najpiękniejszych należy wycieczka do Jaworzyny. Kiedy przekraczaliśmy most na Białce pod „wiatrówkami" waliły nam serca. Nie odgradzali nam drogi we wnętrzu polskich Tatr obcy celnicy. Srebrzysta Białka lśniła radością wyzwolenia.

Jaworzyna przybrała odświętny wygląd. Na domach powiewają polskie flagi. Oczy obejmują na horyzoncie łańcuch wysokich Tatr, tam po szczytach natura wyznaczyła mocne granice, a prężność Polska dawno je objęła. W Jaworzynie rozbiliśmy się na dwie grupy, jedna ruszyła na bliższą przełęcz Zdziarską. Zroszona krwią polskiego żołnierza stała się nam bliższą. Uchyliliśmy czapki narciarskie, a wzrok skierowaliśmy na odległe ostre gonty dachów, pod którymi polskie serca biją. Druga grupa wspięła się na przełęcz pod Kopą.

Dziś z różnych zakątków Polski myśli nasze ciągle biegną na pokryte śniegiem szczyty. Jeszcze z twarzy naszych nie spełzła bladość, lśni na nich słońce górskie. Nabraliśmy tężyzny. Spotkamy się w tym roku jeszcze na wiosnę, w okresie świąt wielkanocnych, na Hali Gąsienicowej. Zawiadomimy Was o tym, Koleżanki i Koledzy — już teraz narciarze!

F. B.

K R O N I K A

WYCHOWANIE FIZYCZNE W DEBACIE SEJMOWEJ

W debacie sejmowej nad budżetem Min. W. R. i O. P. (26 stycznia 1939 roku) referent poseł Stahl omówił zagadnienia wychowania fizycznego. Ustęp ten, jak i ustęp posła Żenczykowskiego podajemy według „Gazety Polskiej" (27 stycznia 1939 r.).

„Budżet na ten cel wyraża się w sumie łącznej — 7.400.000 zł. Jest to niewątpliwie za mało z punktu widzenia tak potrzeb obronności, jak i roli kultury fizycznej człowieka. Nie widzimy tu tendencji do poprawy. Widzimy tu jednak charakterystyczny rozwój, jeśli bowiem w roku 1928 przy budżecie 10 mil. zł ilość ćwiczących wynosiła 364.000, to obecnie przy budżecie około 7.000.000 zł — mamy ćwiczących 1.200.000 oraz znacznie rozbudowane urządzenia sportowe. Gdy w r. 1928 na jednego ćwiczącego wypadało 38 złotych, to obecnie zaledwie 6 złotych. Z uwagi na ogromne znaczenie wychowania fizycznego dla obronności Państwa — znalezienie środków finansowych na jego intensywny rozwój jest koniecznością. Prace w tym zakresie winny być poparte przez dotacje planu inwestycyjnego, jak również przez wysiłek samorządu i społeczeństwa. Koniecznością jest również rozszerzenie wychowania fizycznego na odcinek ludności włościańskiej i robotniczej".

„Pos. Żenczykowski omawiając wychowanie fizyczne młodzieży wspomniał, że wymagane są szerokie inwestycje sportowe oraz aby w programach naukowych wyższych uczelni były już uwzględnione odpowiednie elementy wiedzy wojskowej".

ZNAMIENNE ZARZĄDZENIA WŁADZ SZKOLNYCH.

W nrze 13 Dziennika Urzędowego Min. W. R. i O. P. ukazał się okólnik nr 67 z dnia 14 grudnia 1938 r. „w sprawie głównych założeń wychowania fizycznego". Treść okólnika najdobitniej świadczy, że czynniki miarodajne w Polsce nie godzą się na papierowe traktowanie przez szkołę tak ważnego dla przyszłości Państwa działu, jakim jest wychowanie fizyczne dzieci i młodzieży.

Okólnik zawiera szereg bardzo ważnych punktów, z których pozwalamy sobie zacytować jeden, jako bardzo charakterystyczny dla tendencji w tej mierze zwierzchnich władz szkolnych.

„...II. Wychowanie fizyczne musi być wobec tego przedmiotem stałej troski nie tylko nauczyciela ćwiczeń cielesnych, lecz całego grona nauczycielskiego z lekarzem szkolnym oraz dyrektorem względnie kierownikiem szkoły na czele".

„Każdy członek rady pedagogicznej (nie tylko nauczyciel ćwiczeń cielesnych) powinien wywierać swój wpływ, zwracając np. uwagę na należytą postawę ucznia, na odpowiednie wykorzystanie czasu, odpowiednie zachowanie na przerwach między lekcjami, na zajęciach pozalekcyjnych, na należytą organizację wycieczek".

„Każdy nauczyciel powinien również w granicach możliwości realizacyjnych troszczyć się o należyte warunki higieniczne życia ucznia".

„Stosunek każdego nauczyciela do tych zagadnień musi być pozytywny i nacechowany zrozumieniem ważności wychowania fizycznego...”

Coraz częściej ukazujące się tego rodzaju okólniki świadczą najdobitniej o głębokim zainteresowaniu władz szkolnych wychowaniem fizycznym. Siłą rzeczy przyczynią się one do zmiany stosunku wielu pedagogów dawnej daty, którym nie sądzone było odczuć zbawiennego wpływu wychowania fizycznego na sobie, i którzy uważają je przeto za zło konieczne, wprowadzone do programów nauczania.

Tenże sam numer „Dziennika” zawiera instrukcję Ministra W. R. i O. P. z dnia 7 grudnia 1938 r. „w sprawie kwalifikowania młodzieży szkolnej do udziału w zajęciach wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego do użytku lekarzy szkolnych, lekarzy poradni szkolnych w. f., lekarzy poliklinik szkolnych, nauczycieli (lek) ćwiczeń cielesnych i przysposobienia wojskowego oraz władz szkolnych”.

Instrukcja zawiera załącznik w postaci tabeli wskazań i przeciwwskazań do ćwiczeń cielesnych. Bez wątpienia usunie ona raz na zawsze ten wielki chaos, jaki dotychczas panował w szkolnictwie w tych sprawach.

OD REDAKCJI

Zapowiedziane „Materiały rzeczowe i wskazówki metodyczne OPLgaz w szkole” ze względów technicznych rozpoczniemy drukować od nru następnego „Wychowania Fizycznego w Szkole”.

SPROSTOWANIE.

W poprzednim numerze (4—5) wkradły się do artykułu „Tańce huculskie” pomyłki, które utrudniają zrozumienie treści, a mianowicie:

Str. 101 — W tekście przy rysunku należy przestawić wiersz 3 od góry („Akcja nogi:”) z wierszem 4 („Wymiar muzyczny:”).

Str. 101 — Rysunek 3 (7, 8 i 9 wiersz od dołu) przestawić na miejsce rysunku 1 ze str. 102, który znów przechodzi na str. 101 na miejsce rysunku 3.

REDAKTOR: TADEUSZ ZYGLER

WYDAWCA W IMIENIU ZWIĄZKU NAUCZYCIELSTWA POLSKIEGO: STANISŁAW KWIATKOWSKI

KONKURS „ILUSTRACJI SZKOLNEJ"

Zarówno element morza, którego brak tak bardzo zaważył w przeszłości na naszych dziejach, jak i zagadnienia naszej siły zbrojnej na morzu — marynarki wojennej — zostały w nowych programach szkolnych mocno podkreślone.

Redakcja „Ilustracji Szkolnej", by zdobyć odpowiedni materiał rzeczowy oraz znaleźć właściwe wzory rozwiązania danego zagadnienia w pracy szkolnej, ogłasza niniejszy konkurs dla nauczycielstwa szkół wszystkich typów i stopni organizacyjnych.

Konkurs polega na nadesłaniu do redakcji opracowania metodycznego, które by obejmowało trzy następujące momenty zasadnicze:

1) **Jak realizuję na terenie mojej szkoły programowe elementy morza, marynarki wojennej i akcji kolonialnej** (moment programowo-dydaktyczny).
2) **Jak wpływam poprzez szkołę na społeczeństwo aby zwiększyć zainteresowanie sprawami związanymi z posiadaniem morza i wybrzeża morskiego oraz pobudzić do udzielania pomocy w rozbudowie naszej floty wojennej** (moment społeczno-propagandowy).
3) **Jakie pomoce naukowe w formie materiału ilustracyjnego należałoby wydać dla celów szkolnych, by dane zagadnienie zrealizować skutecznie** (moment redakcyjno-wydawniczy).

Autorzy najlepszych prac otrzymują nagrody w postaci:

Nagroda I (Ligi Morskiej i Kolonialnej) — **Udział w rejsie na statku (2-tygodniowa podróż za granicę z pełnym, bezpłatnym utrzymaniem).**

Nagroda II (L. M. i K.) — **Bezpłatna podróż statkiem z Warszawy do Gdyni i z powrotem.**

Dalsze ewentualne nagrody będą podane do wiadomości w „Gł. Naucz."

Poza tym wyróżnione prace (trzy pierwsze) będą drukowane w „Pracy Szkolnej" za normalnym honorarium autorskim.

W skład sądu konkursowego wchodzą: K. Greb — red. „Ilustracji Szkolnej" A. Litwin — redaktor „Pracy Szkolnej", prof. St. Sumiński — delegat Ligi Morskiej i Kolonialnej.

Prace zaopatrzone godłem należy nadsyłać pod adresem: Warszawa, ul. Smulikowskiego 4, Redakcja „Ilustracji Szkolnej", załączając do maszynopisu lub czytelnego rękopisu zamkniętą kopertę z dokładnym adresem, imieniem i nazwiskiem autora pracy. Termin nadsyłania prac upływa **z dniem 1 kwietnia r. b.**

„JAK WYKORZYSTUJĘ RADIO W PRACY SZKOLNEJ"?

KONKURS RADIOWY

Szczegóły konkursu podamy w następnym numerze wszystkich czasopism pedagogicznych Z. N. P.